

KARTA INFORMACYJNA ZABIEGU
OŚWIADCZENIE ŚWIADOMEJ ZGODY NA ZABIEG
ZABIEG MASAŻ WIROWY KOŃCZYN

HYDROTERAPIA – MASAŻ WIROWY KOŃCZYN

OPIS ZABIEGU

Zabieg masażu wirowego kończyn to jedna z metod hydroterapii zaliczanej do leczenia uzdrowiskowego. Polega na masowaniu kończyn w specjalnych wannach cieczą wprawioną w ruch wirowy np. wodą mineralną, solanką, siarczanką. Jest to terapia, do której pacjent powinien być zakwalifikowany przez lekarza balneologa, gdyż wymaga postawienia diagnozy, odpowiedniego doboru leczenia uwzględniającego przeciwwskazania oraz weryfikacji rezultatów.

EFEKTY

- 1) Działanie przeciwbólowe.
- 2) Zwiększenie ruchomości w stawie.
- 3) Efekt przeciwobrzękowy.
- 4) Działanie przeciwzapalne solanki.
- 5) Zmniejszenie napięcia mięśniowego.
- 6) Poprawa ukrwienia tkanek.
- 7) Usprawnienie przemiany materii komórek.
- 8) Rozluźnienie, odprężenie, zmniejszenie napięcia emocjonalnego.
- 9) Działanie rozgrzewające na organizm.
- 10) Działanie oczyszczające na organizm poprzez właściwości adsorpcyjne solanki.
- 11) Ujędrnienie i poprawa elastyczności skóry.

O ZABIEGU

- 1) Czas zabiegu to ok. 10-15 min.
- 2) Zabieg polega na umieszczeniu kończyn górnych lub dolnych w specjalistycznej wannie celem masażu wirowego.
- 3) Temperatura wody używanej do kąpieli waha się w zależności od wskazań od 32 do 39 stopni Celsjusza
- 4) Pierwsze efekty zabiegu pojawiają się po pierwszym cyklu zabiegów.

WSKAZANIA

- 1) Choroba zwyrodnieniowa stawów.
- 2) Stany po urazach narządu ruchu.
- 3) Przeciążenia mięśni i przykurcze w stawach.

- 4) Choroby reumatyczne w okresie remisji, np. RZS.
- 5) Niektóre choroby neurologiczne, np. nerwobóle, uszkodzenia nerwów obwodowych, porażenia.
- 6) Przewlekłe stany zapalne, nawracające infekcje.
- 7) Okres rekonwalescencji po przebyciu stanu zapalnego.
- 8) Zaburzenia krążenia tętniczego, chłonnego i żylnego w obrębie kończyn.
- 9) Profilaktyka i leczenie przeciwstarzeniowe skóry.
- 10) Wiotkość skóry.
- 11) Cellulit.

PRZECIWWSKAZANIA

- 1) Ostre infekcje i stany podgorączkowe oraz antybiotykoterapia.
- 2) Stany zapalne w trakcie zaostrzenia np. zaostrzenie choroby reumatycznej.
- 3) Niewydolność oddechowa.
- 4) Niewydolność serca i nieuregulowane schorzenia kardiologiczne np. wysokie ciśnienie tętnicze.
- 5) Cukrzyca w trakcie zaostrzenia.
- 6) Świeże urazy, zaawansowana osteoporoza oraz zespół Sudecka.
- 7) Ciąża i karmienie piersią.
- 8) Choroby zakaźne.
- 9) Skłonność do krwawień.
- 10) Żylaki kończyn dolnych oraz zakrzepowe zapalenie żył.
- 11) Masywna miażdżycza tętnic kończyn.
- 12) Choroba nowotworowa.
- 13) Stan znacznego osłabienia i wycieńczenia
- 14) Uszkodzenia skóry w okolicy zabiegowej.
- 15) Zaburzenia układu hormonalnego.
- 16) Zaburzenia czucia np. polineuropatia cukrzycowa.
- 17) Alergia na solankę.

DZIAŁANIA NIEPOŻĄDANE

- 1) Suchość skóry i złuszczenie w miejscu zabiegowym przy skórze skłonnej do podrażnień.
- 2) Reakcja alergiczna na składniki solanki - pieczenie, zaczerwienienie skóry w przypadku nadwrażliwości skóry.
- 3) Ból, świąd, tkliwość skóry - występuje bardzo rzadko, ustępuje z reguły w okresie kilku dni po zabiegu.
- 4) Drobne krwawienie w miejscu zabiegu wynikające z podrażnienia skóry, która podczas zabiegu mogła być naruszona (np. niedawna depilacja woskiem, golenie).

- 5) Infekcja w miejscu zabiegu w kolejnych dniach po zabiegu, wynikająca z podrażnienia skóry przed zabiegiem.
- 6) Poparzenie skóry w przypadku nieodpowiedniego podgrzania wody lub solanki.

POSTĘPOWANIE POZABIEGOWE

- 1) Odpoczynek, unikanie wzmożonej aktywności fizycznej przez ok. 30 min po zabiegu.
- 2) Nawadnianie organizmu; przyjmowanie ok. 2,5l płynów na dobę, w tym ok. 1,5l wody mineralnej.
- 3) Stosowanie kremu nawilżającego na skórę poddaną zabiegowi.
- 4) Higiena osobista i profilaktyka zakażeń miejsc poddanych zabiegowi.
- 5) Unikanie wysokich temperatur, promieniowania słonecznego w ciągu minimum 24 h po zabiegu.
- 6) Powtarzanie zabiegów zgodnie z zaleceniami lekarza celem zwiększenia efektów klinicznych oraz utrzymania długotrwałego efektu.
- 7) Zdrowy styl życia. Dieta śródziemnomorska. Regularna aktywność fizyczna. Unikanie sytuacji stresowych. Unikanie stosowania używek.
- 8) Regularna kontrola lekarska, w tym kontrola badań biochemicznych celem profilaktyki chorób przewlekłych.

LEKARZ

Justyna Kafel - Wituszyńska

3619881